

# 是時候平息對 COVID 的恐懼了

作者：Homer Lim，醫學博士；翻譯：陳春；審閱：成長

原文：<http://www.doctoryourself.com/omns/v16n48.shtml>

The Chinese translation of this article is made possible by a generous grant from Dr. Bill Grant and from the Cheng Integrative Health.

本文翻譯工作得到 Bill Grant 博士資助及上海成氏健康資助。

(OMNS 2020 年 10 月 2 日) 菲律賓擁有最長的 COVID 封鎖的世界紀錄：6 個月並且仍在繼續。我們也是世界上唯一一個被政府命令戴口罩的國家。

可悲的是，即使在封鎖的情況下，我們的患病人數也沒有真正下降，除了上個月左右。這可能是一系列因素的綜合作用，並非真正是由於封鎖造成的：人們避免接受檢測，因為害怕被強制隔離；許多人具有先天免疫力；以及病毒感染週期本身。

由於封鎖，許多窮人上班的出行受到限制，因為公共交通幾乎不存在。因此，人們要麼步行、騎自行車，要麼花錢請商業公司提供。這嚴重抑制了我們的經濟。我們的 GDP 下降了 9.5%，是亞洲受災最嚴重的地區。截至 2020 年 6 月，有 2300 萬菲律賓人失業。饑餓不可避免地隨之而來。根據一項獨立調查，在過去 3 個月中，有 760 萬菲律賓人遭受饑餓。 [1]與 304,000 例 Covid-19 感染相比，其中 95%是輕度或無症狀的。

目前，我們的醫院只接受新冠肺炎患者或急診病例；大多數患者避免住院。原因是，一旦住院，就不允許探訪，醫生和護士是他們唯一的聯繫方式。這種偏好對大多數讀者來說可能很陌生，但在菲律賓，當患者住院時，我們總是有家人或朋友在場。因此，至少可以說這是一種文化衝擊，獨自一人在病床上，如果是在這場可怕的 COVID 大流行期間，那就更是如此了。

我曾為症狀較輕或沒有症狀的居家患者以及一些中度嚴重的患者進行過遠程會診。我認為治療整個家庭很重要，而不僅僅是被診斷出患有 COVID 的人。我通常會開羧氯喹（HCQ，200mg，一天兩次，5 天）、阿奇黴素（500mg 每日一次，5-7 天）、3000mg 維生素 C、5000 IU 維生素 D3 和 50mg 鋅，以及稀釋的口服過氧化氫。

我發現，尤其是 60 歲以上的患者，通常伴有咳嗽、肺炎和低氧飽和度，通常會在 24 小時內改善。我已經使用該方案直接治療了 100 多名患者。有多少人住院？一例，因為她開始治療時間太晚了。我也知道這裏的其他醫生已經使用該方案治療了 300 多名患者。

一個月前，我的同事 J. Lopez 醫生找到了我，他也一直在開羧氯喹 HCQ 處方，來告訴我們的同事，我們將患者作為門診病人治療的經驗。當然，我說“是”。然後兩周前，一群來自各行各業的人——母親、自然療法者、醫生、商人、媒體和經濟學家——聚在一起，試圖告訴政府可能有更好的方法來應對這一流行病，不僅僅是習慣性的鎖定。我們稱自己為“菲律賓醫生和公民的當事人”或 (CDCph)。

我們被一個共同的目標團結在一起，即通過預防和早期治療，來緩解封鎖並改善患者的治療效果。

## 我們的陳述： [2]

預防 Covid-19 感染並及早治療，以避免患者擠滿醫院，降低發病率和死亡率。 [3-7] 為高危人群提供預防措施（不僅是 HCQ，還包括維生素 C（每天 3 次 1000 毫克）、維生素 D3（5000 IU/天）、鋅（40 毫克/天）和槲皮素（500 毫克/天）（類似於 HCQ 作用機制）。 [3-7]

將鎖定放寬到有針對性的手術隔離。這意味著我們不會在全國、全省或全市範圍內實施封鎖，而只會隔離某些街道、院落或房屋。

新聞發佈會的前一天晚上，我們已經感覺到，一些醫生會因為同齡人的壓力或害怕政府的反應而退出。我對 J 醫生說：“明天可能只有你和我！”但在新聞發佈會上，即使是貿易和工業部長也在那裏發言以結束封鎖，因為預防和早期治療是可用的，而且費用低廉。

可悲的是，第二天的標題只是 CDCph 要求政府結束封鎖。我們的宣佈引起了實施封鎖的政府官員以及想要繼續封鎖的“醫學專家”的極大憤怒。

我們小組隨後因在新聞發佈會上不戴口罩和非法開出羥氯喹 HCQ 而受到刑事訴訟的威脅。 [8] 如果你問我，這些都是小事。然而，這導致我們的一些成員醫生與我們保持距離。

可悲的是，只有我、另一位醫生和一位自然療法醫生仍然可以與媒體交談，因為其他醫生已被禁止、哄騙並可能受到訓斥，無法公開討論這些問題。顯然我現在是我們 CDCph 的公眾形象，這不是我的願望，因為我珍惜我的隱私。然而，我們獲得的有力支持是壓倒性的。我們的 Facebook 頁面已經被分享了很多次，儘管我們總是被 FB 的“員警”標記。

我們唯一的目標是讓菲律賓人重新回到工作崗位，養家糊口，讓他們有尊嚴。我們看到街上的人們眼中滿是絕望，許多商店都掛著出租/租賃的標誌而關門，公司因為員工甚至無法到達工作地點而關門歇業。看到這些事情發生，真是令人心碎。

我發誓要繼續這場公共宣傳活動，直到它傳達給菲律賓總統，並向群眾傳達，他們不能失去希望，世界各地的其他人也在這樣做。[9] 我們只是告訴人們，服用這些廉價的維生素和礦物質，如果他們買不到，至少要吃富含它們的食物。然後我才可以安然入睡，有一天當我在門口遇到聖彼得時，我可以自豪地說，我為一個有益的事業而奮鬥過。

(Homer Lim 醫生是一名老年病學家，也是整合醫學專家。他是國際抗衰老和整合醫學學會主席，菲律賓奎松市 Akesis Holistic Health 的醫學主任。他已經從業 20 多年。)

編者按：當我(AWS)在 Facebook 上發佈 Lim 醫生的協議時，Facebook 立即禁止我進一步發佈任何類型的內容 30 天。

瞭解更多：

<https://www.flattenthefear.ph/>

<https://www.facebook.com/FlattenTheFearPH/>

<https://www.philstar.com/headlines/2020/09/18/2043313/doctors-group-seeks-end-all-lockdowns>

<https://manilastandard.net/opinion/columns/crossroads-by-jonathan-dela-cruz/334699/flattening-the-fear.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xwb4lY2Wdgg>

#### 參考文獻：

1. Social Weather Stations (2020) "7.6 million Filipino households went hungry in past 3 months."

<https://bit.ly/2G3i4Zc>

2. Flatten the Fear (2020) <http://flattenthefear.ph>

3. Holford P. (2020) Vitamin C for the Prevention and Treatment of Coronavirus. Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n36.shtml>

4. Rasmussen MPF (2020) Vitamin C Evidence for Treating Complications of COVID-19 and other Viral Infections. Orthomolecular Medicine News Service,

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n25.shtml>

5. Downing D. (2020) How we can fix this pandemic in a month. Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n34.shtml>

6. Grant WB (2020) The role of vitamin D in reducing risk of COVID-19: a brief survey of the literature. Orthomolecular Medicine News Service,

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n33.shtml>

7. Gonzalez MJ. (2020) Personalize Your COVID-19 Prevention: An Orthomolecular Protocol.

Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n31.shtml>

8. CIDG probes 'Flatten the Fear' event. Tempo, <http://tempo.com.ph/2020/09/23/cidg-probes-flatten-the-fear-event>

9. Open Letter from Medical Doctors and Health Professionals to All Belgian Authorities and All Belgian Media. <https://docs4opendebate.be/en/open-letter>

營養醫學是正分子醫學

正分子醫學使用安全、有效的營養療法來對抗疾病。

更多資訊：<http://www.orthomolecular.org>

找醫生

要找到你附近的正分子醫生：<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n09.shtml>

同行評審的正分子醫學新聞服務是一個非營利和非商業資訊資源。

編輯審查委員會：

Seth Ayettey, M.B., Ch.B., Ph.D. (Ghana)

Ilyès Baghli, M.D. (Algeria)

Ian Brighthope, MBBS, FACNEM (Australia)

Gilbert Henri Crussol, D.M.D. (Spain)

Carolyn Dean, M.D., N.D. (USA)

Ian Dettman, Ph.D. (Australia)

Damien Downing, M.B.B.S., M.R.S.B. (United Kingdom)

Ron Erlich, B.D.S. (Australia)

Hugo Galindo, M.D. (Colombia)

Martin P. Gallagher, M.D., D.C. (USA)

Michael J. Gonzalez, N.M.D., D.Sc., Ph.D. (Puerto Rico)

William B. Grant, Ph.D. (USA)

Tonya S. Heyman, M.D. (USA)

Suzanne Humphries, M.D. (USA)

Ron Hunninghake, M.D. (USA)

Robert E. Jenkins, D.C. (USA)

Bo H. Jonsson, M.D., Ph.D. (Sweden)

Felix I. D. Konotey-Ahulu, MD, FRCP, DTMH (Ghana)

Jeffrey J. Kotulski, D.O. (USA)

Peter H. Lauda, M.D. (Austria)

Thomas Levy, M.D., J.D. (USA)

Alan Lien, Ph.D. (Taiwan)

Homer Lim, M.D. (Philippines)

Stuart Lindsey, Pharm.D. (USA)

Victor A. Marcial-Vega, M.D. (Puerto Rico)

Charles C. Mary, Jr., M.D. (USA)

Mignonne Mary, M.D. (USA)

Jun Matsuyama, M.D., Ph.D. (Japan)

Joseph Mercola, D.O. (USA)

Jorge R. Miranda-Massari, Pharm.D. (Puerto Rico)

Karin Munsterhjelm-Ahumada, M.D. (Finland)

Tahar Naili, M.D. (Algeria)

W. Todd Penberthy, Ph.D. (USA)

Selvam Rengasamy, MBBS, FRCOG (Malaysia)

Jeffrey A. Ruterbusch, D.O. (USA)

Gert E. Schuitemaker, Ph.D. (Netherlands)

T.E. Gabriel Stewart, M.B.B.CH. (Ireland)

Thomas L. Taxman, M.D. (USA)

Jagan Nathan Vamanan, M.D. (India)

Garry Vickar, M.D. (USA)

Ken Walker, M.D. (Canada)

Raymond Yuen, MBBS, MMed (Singapore)

Anne Zauderer, D.C. (USA)

Andrew W. Saul, Ph.D. (USA), Editor-In-Chief

Associate Editor: Robert G. Smith, Ph.D. (USA)

Editor, Japanese Edition: Atsuo Yanagisawa, M.D., Ph.D. (Japan)

Editor, Chinese Edition: Richard Cheng, M.D., Ph.D. (USA)

Editor, French Edition: Vladimir Arianoff, M.D. (Belgium)

Editor, Norwegian Edition: Dag Viljen Poleszynski, Ph.D. (Norway)

Editor, Arabic Edition: Moustafa Kamel, R.Ph, P.G.C.M (Egypt)

Editor, Korean Edition: Hyoungjoo Shin, M.D. (South Korea)

Assistant Editor: Helen Saul Case, M.S. (USA)

Technology Editor: Michael S. Stewart, B.Sc.C.S. (USA)

Legal Consultant: Jason M. Saul, JD (USA)